



كيف تخطط لعامك الجديد

مع توفير دليل عملي يساعدك للتخطيط بفعالية

حمزة صالح
مستشار التوجيه المهني والتطوير المؤسسي

تقديم

 DrHamzaSaleh



مدرب الورشة



مؤسس ومدير أكاديمية نديم للتربية القيمة.

باحث دكتوراه في فلسفة بناء الحضارة الإسلامية.

ماجستير أدوات قياس أثر المسؤولية الاجتماعية في المؤسسات.

مستشار التوجيه المهني المعتمد FCD - الجمعية الوطنية الأمريكية للتطوير الوظيفي NCDA

مدقق معتمد في تطبيقات المسؤولية الاجتماعية للمؤسسات – CSR-A

كاتب بمنصة رقيم وجريدة الراية وجريدة الشرق القطرية وموقع عمران وسلسلة المختار الإداري.

صاحب برنامج بودكاست حمزة ومفاهيم ورئيس تحرير مجلة مستشارك المهني.

قيم أساسية لجلسة التدريب



احترام الرأي
الآخر



رفع اليد
للمشاركة



المشاركة
الفعالة



الالتزام بالوقت
خلال الأنشطة

تهيئة البيئة المحيطة للتدريب



إلى متى تكتب العلم يا إمام؟؟



- جواب الحال والحركة
- جواب الخاطر والقصد

نظرة طائر لورشة اليوم



نعمة الوقت

قيم الفشل
قيم النجاح

محاور الحياة
المختلفة

الأهداف
والأولويات

النماذج
التخطيطية

REC



Pov :

الظروف المثالية عمرها م هتيجي

ما أهمية التخطيط للحياة ؟



أهمية التخطيط

يساعدنا على تحقيق أهدافنا وطموحاتنا

يوفر الوقت والجهد بدلاً من التجريب

يساعدنا على اتخاذ القرار بعزيمة وثقة

يعود علينا بالاستمتاع بالعمل والممارسة



التخطيط للعام الجديد

عام جديد على عملنا شهيد، تحكي القصة أن: أليس وأثناء سيرها في الغابة توقفت عند مفترق طرق، فلم تعلم إلى أين تتجه؟ فسألت الأرنب - يرمز للحكمة بالقصة - يا أرنب أي طريق أسلك؟ فرد: إلى أين تريدان الوصول؟ قالت: لا أدري، قال: إذا اسلكي أي طريق، فإن أي طريق سوف يوصلك ولكن للاشيء!!
لا أبرح حتى أبلغ

سُئل أحد العلماء إلى متى تكتب العلم يا إمام؟ فقال: لعل الكلمة التي فيها نجاتي لم تكتب بعد. وسُئل آخر، فقال: مع المحبرة إلى المقبرة.
وهاتان الإجابتان على اختصارهما: أساس حركة الواعين في حياتهم، فهم أصحاب قضية سامية ورسالة عالمية، وفي نفس الوقت هم أصحاب عمل دؤوب وحماس متوقد وهممة عالية.
تجد الناجحين: أصحاب حالين: حال من يبصر الغاية بعين قلبه، يوقن بأهمية ما يُقدم، ويتحرق شوقاً لما يسعى له؛ إذ إن النجاة التي يريدها والفوز الذي يتمنى، لا يتحقق في اعتقاده إلا بالنجاة الكاملة، ولا يكون في يقينه إلا بالفوز العظيم.
وفي ذات الوقت يعيش حال المجتهد: الذي يبذل كل أسبابه من جهد ووقت ومال، في سبيل ما يؤمن به، فهو لا يعمل ولا يكل حتى يصل؛ باذلاً كل ساعة في حياته في تحقيق غايته وتنفيذ أهدافه، مع هممة عالية وسعي حثيث، فهو كما جاء في رد العالم "مع المحبرة إلى المقبرة"، أو على طريقة النص القرآني في قصة موسى عليه السلام والخضر "لا أبرح حتى أبلغ".
فصل نشدان الكمال

يقول ابن الجوزي - رحمه الله - تحت عنوان فصل نشدان الكمال: "فينبغي للعاقل أن ينتهي إلى غاية ما يمكنه، فلو كان يتصور للآدمي صعود السماوات لرأيت من أقبح النقائص رضاه بالأرض، فلو كانت النبوة تأتي بكسب لم يجز له أن يقنع بالولاية، ولو كانت تحصل بالاجتهاد رأيت المُقصر في تحصيلها في حضيض، غير أنه إذا لم يمكن ذلك فينبغي أن يطلب الممكن، أو تصور مثلاً أن يكون خليفة لم يحسن به أن يقتنع بإمارة، ولو صح له أن يكون ملكاً لم يرص أن يكون بشراً، والمقصود: أن ينتهي بالنفس إلى كمالها الممكن لها في العلم والعمل".

ومن خلال هذا النص الرائع الماتع النافع، الذي لا يدانيه نص من كلام سلف الأمة في رفع الهممة وإطلاق قدرات الفرد للحركة والاجتهاد يمكننا أن ننطلق، نحو عام جديد بهمة عالية وروح وثابة، و طاقة لا تنطفئ أبداً.

لماذا أخطط لحياتي؟؟

- لإرضاء الله ودخول الجنة
- بر لوالدي وإعزاز قومي
- خدمة لوطني وأمتي
- نصره لفلسطين
- تحقيق الانجاز والسعادة لنفسه

لماذا يفشل البعض في التخطيط

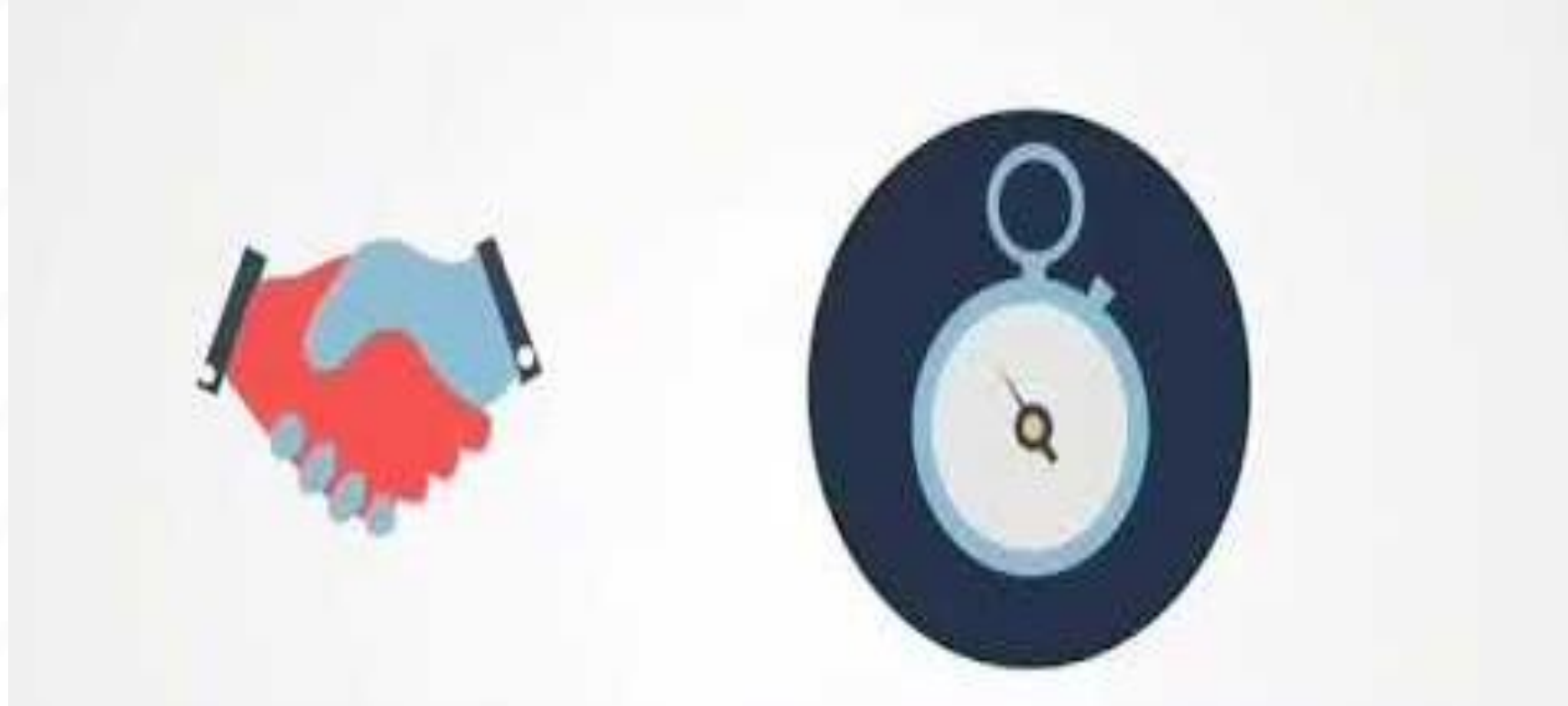


ما رأيكم لماذا نفشل في التخطيط؟؟

- عدم امتلاك المهارات اللازمة للتخطيط.
- عدم الاقتناع بأهمية التخطيط.
- الفهم الخاطئ للتخطيط.
- البيئة المحيطة غير المشجعة.
- أسباب أخرى. أكتبها..

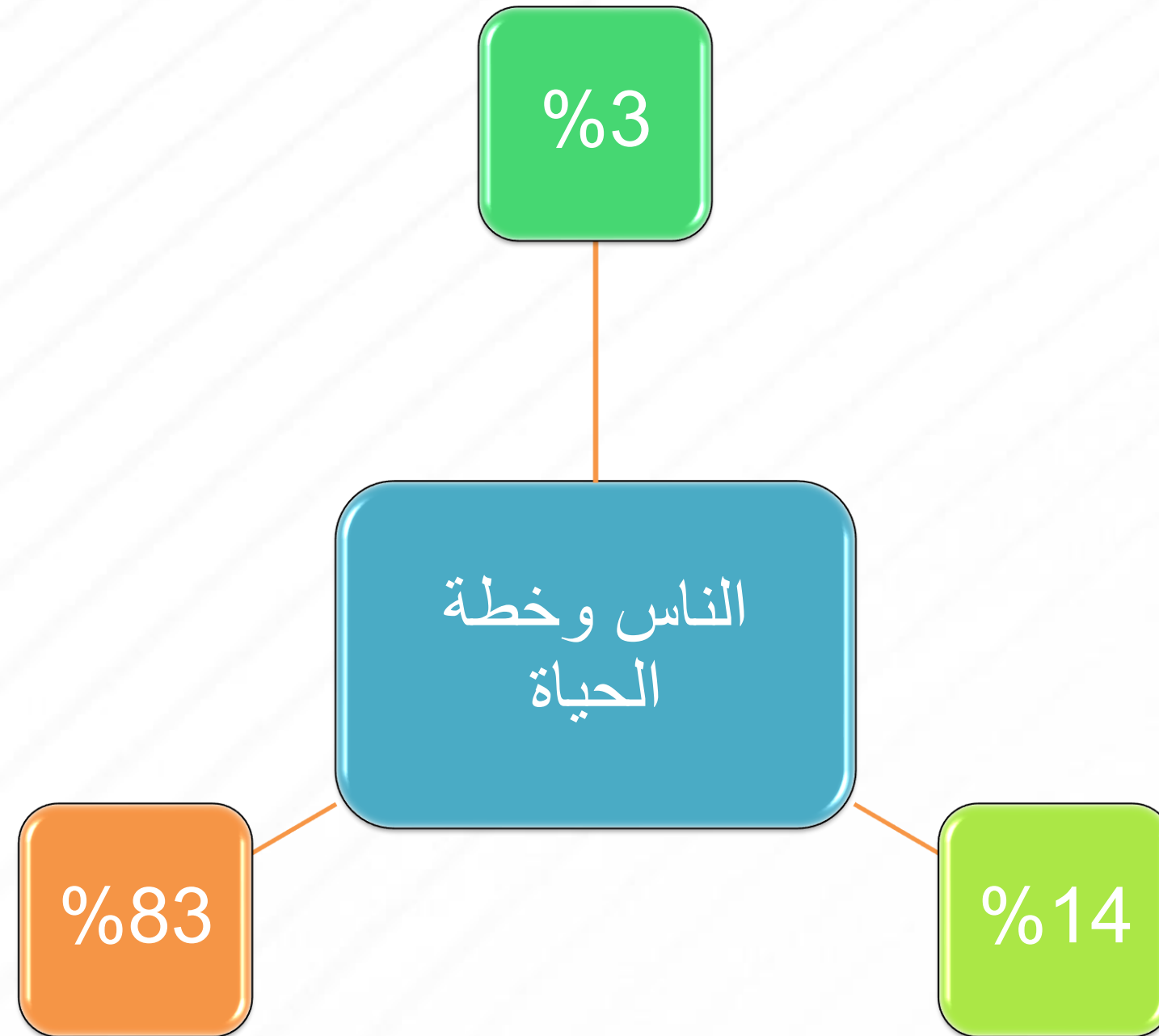


قيم تدفع للعمل ..



أنواع الناس في التخطيط

استبانة جامعة هارفارد الأمريكية
عن مستقبل طلابها.
تطبيق بحثي لمدة 20 سنة
1970 : 1990



كيف تمتلك خطة واضحة 2026

- قيم العام المنتهي 2025.
- حدد محاور حياتك الرئيسية للعام 2026.
- حل واقعك بكل محور بصورة موضوعية.
- أكتب أهدافك بطريقة SMART.
- ضع أهدافك في خطة تشغيل شهرية.
- إلزم بترتيب أولوياتك.
- أكتب قائمة مهامك اليومية.



النجاح هو إمتلاك عقلية الناجحين

كيف نقيم العام المنقضي ؟

- مدى سعادتي خلاله
- تحقيق الأهداف التي سعيت لها
- تحسين العلاقات بيني وبين من حولي
- زيادة الدخل والرقى الوظيفي
- أمور أخرى - أذكرها



کیف کانت 2025؟

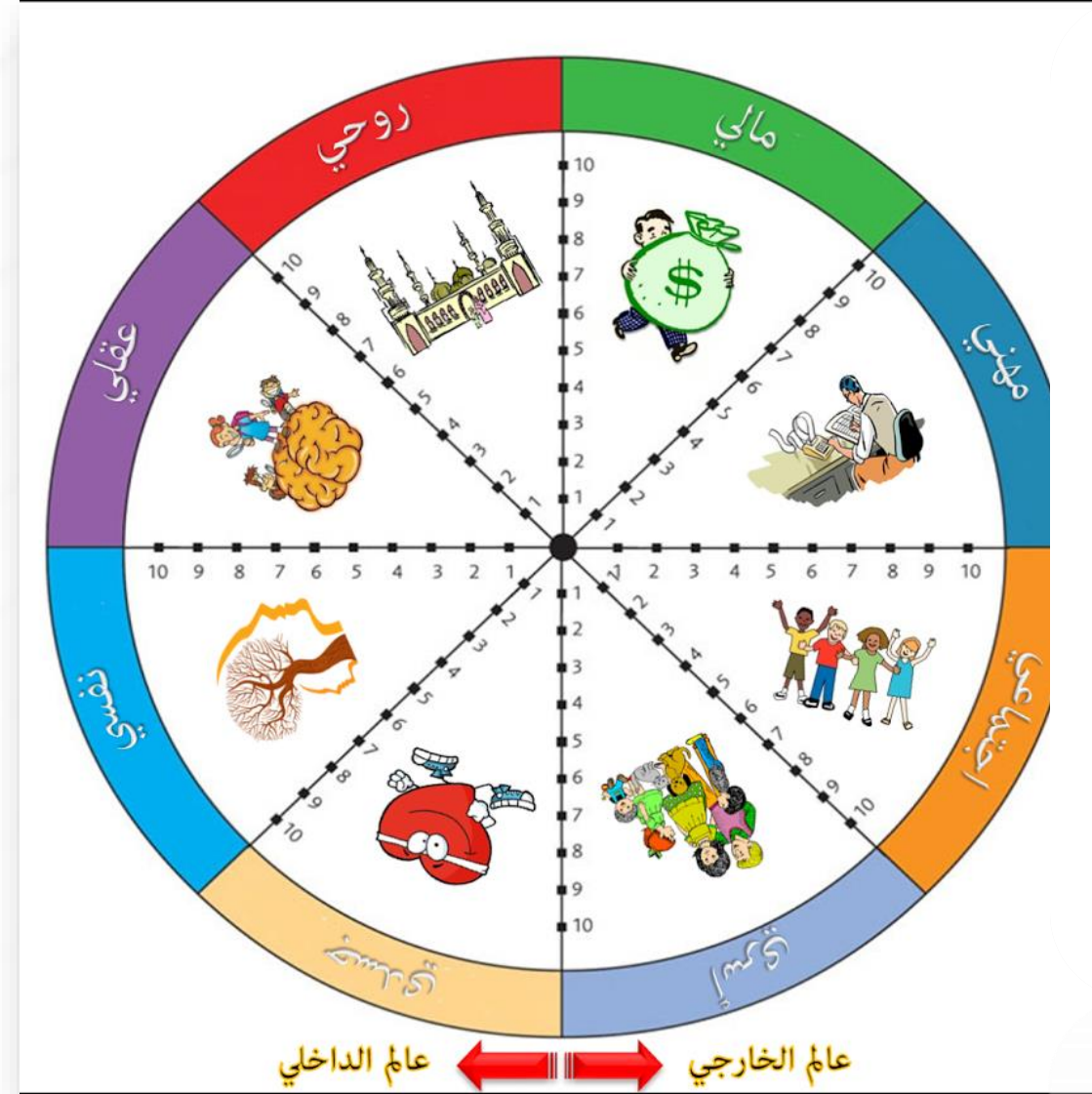
[illegible]



كيف ترى نفسك في
2026 ؟

حلمك للعام الجديد

أدوار الحياة ودائرة السعادة





الجوانب الأساسية لدائرة السعادة

- الجانب الجسمي الصحي.
- الجانب العائلي الإجتماعي.
- الجانب الإيماني التعبدى.
- الجانب الدراسى الثقافى / المهني والمالى.
- جانب تطوير خاص القراءة – التدوين –
رياضة احترافية – غير ذلك ..





حدد محاور حياتك في 2026

STRENGTH — WEAKNESS

تحليل الواقع طريقك لكتابة
أهداف حقيقية صحيحة

OPPORTUNITY — THREAT

تحليل الواقع

تُعد خطوة تحليل الواقع واحدة من أبرز خطوات التخطيط، وأهمها في الوصول لحقيقة الإنسان؛ وتحديد نقاط قوته وضعفه، ما يمتلك وما يفقد، ويمكننا العمل على تلك الخطوة من خلال أداة التحليل الرباعي SOWT.

التعريف بأداة الـ SWOT لتحليل الواقع

هي إحدى أهم أدوات التحليل الاستراتيجي، وتستخدم لتحديد 4 نقاط أساسية وهي القوة Strengths والضعف Weaknesses والفرص Opportunities والتهديدات Threats الحرف الأولى من الكلمات الأربعة تمثل اختصار SWOT

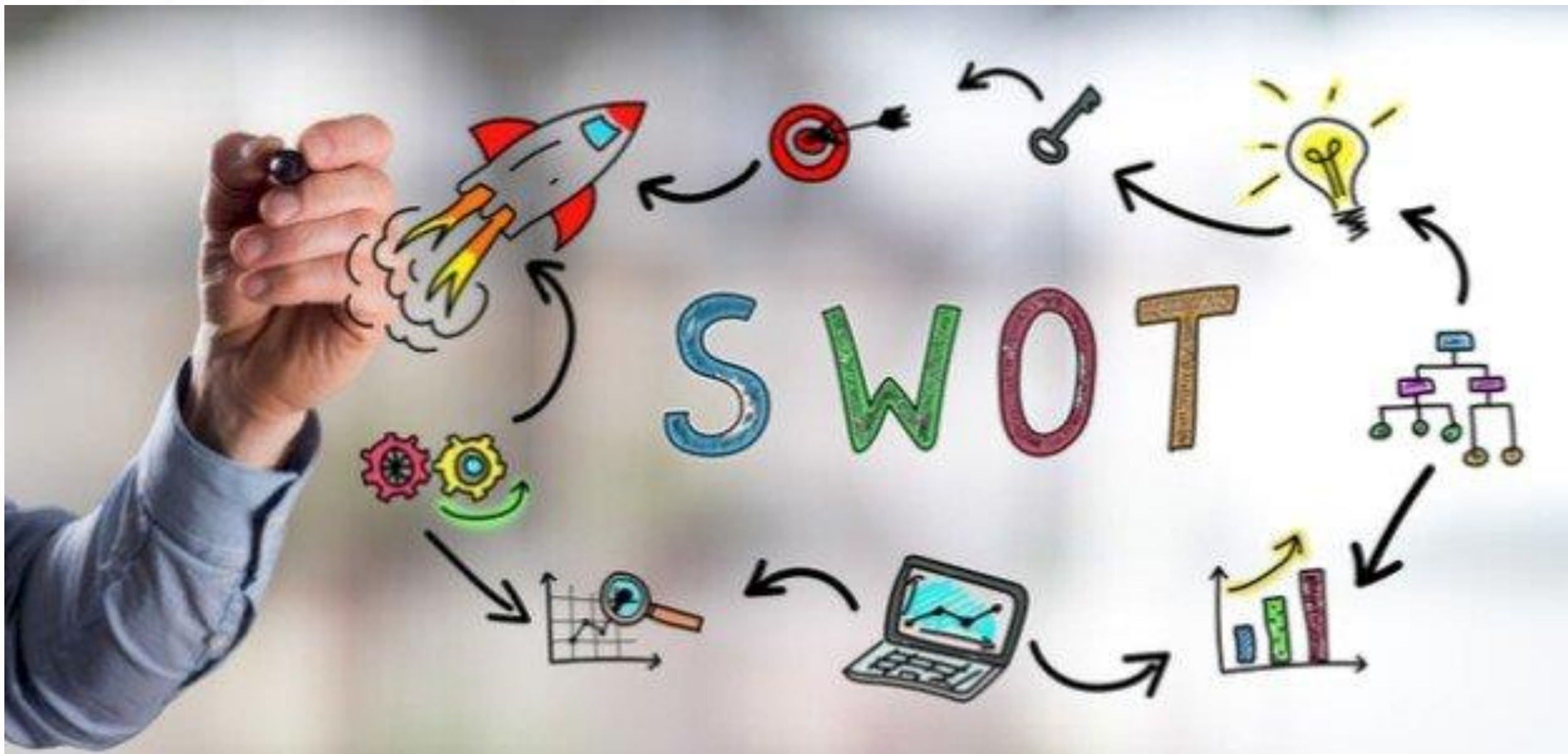
وهي أداة يمكن استخدامها سواء على نطاق الشركات والمنظمات أو على نطاق أصغر كالمشاريع، وعلى مستوى الأفراد والأسر.

▼ النقاط الداخلية: القوة والضعف.

▼ النقاط الخارجية : الفرص والتهديدات.



كيف أستخدم أداة سوات لمعرفة واقعي؟



تحليل سوات لكل جانب من جوانب الحياة



أمثلة عملية لتحليل الواقع

البيئة الداخلية (الظروف الداخلية)

▼ نقاط الضعف

يقصد بها نقاط الضعف الشخصية التي تمنعك من النجاح والتميز وهي ما يجب السعي للتخلص منها وعلاجها.

أمثلة

- التشتت
- غياب الرؤية والهدف
- التسويف
- إضاعة الوقت
- زيادة الوزن

▼ نقاط القوة

يقصد بها الإمكانيات التي تتمتع بها وتساعذك على تحقيق أهدافك، وهي التي يجب أن نحسن استثمارها وتعظيمها.

أمثلة

- التواصل الفعال
- التفوق الدراسي
- الخبرات التخصصية
- الوفرة المالية
- القدرة على التواصل

البيئة الخارجية (الظروف الخارجية)

▼ نقاط التهديدات

يقصد بها التهديدات والظروف السيئة التي تخشى وقوعها خلال المستقبل، ويساعدك التركيز عليها على حسن التصرف حيالها ومواجهتها.

أمثلة

- الفيروسات والأوبئة
- ارتفاع الأسعار
- قلة فرص العمل
- التقلبات الاقتصادية

▼ نقاط الفرص

يقصد بها الفرص والظروف الجيدة والإيجابية التي تتوقع حصولها خلال المستقبل ويساعدك التركيز عليها على حسن الاستعداد لها واستثمارها.

أمثلة

- منح للمتفوقين
- وظائف جديدة
- ترقيات منتظرة
- علاقات عمل

SWOT Analysis

البيئة الداخلية القوة - الضعف

البيئة الخارجية الفرص - التهديدات

SWOT Analysis

مثال للجانب الاجتماعي

الجانب الاجتماعي / العائلي	
أشور معطلة لتحقيق الأهداف	أشور مساعدة لتحقيق الأهداف
نقاط الضعف	نقاط القوة
سماتنا التي تمنعنا من تحقيق الهدف	سماتنا التي تساعد في تحقيق الهدف
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
نقاط التهديدات	نقاط الفرص
ظروف خارجية لابد من مواجهتها لتحقيق الهدف	ظروف خارجية يمكن استثمارها لتحقيق الهدف
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

داخلية تتعلق بنا نحن

خارجية تتعلق بالبيئة الخارجية

استخدم نموذج Swot
لتحليل واقعك بكل تجرد وأمانة



تنمية

نضع كلمة تنمية قبل نقاط القوة التي خرجنا بها من التحليل.

معالجة

نضع كلمة معالجة قبل نقاط الضعف التي خرجنا بها من التحليل.

استثمار

نضع كلمة استثمار قبل نقاط الفرص التي خرجنا بها من التحليل.

مواجهة

نضع كلمة مواجهة قبل نقاط التحديات التي خرجنا بها من التحليل.

كيف تستثمر التحليل الشخصي في كتابة الأهداف

تنمية ←

من خلال نقاط القوة سأعمل على تحقيق الهدف التالي:

معالجة ←

من خلال نقاط الضعف سأعمل على تحقيق الهدف التالي:

استثمار ←

من خلال نقاط الفرص سأعمل على تحقيق الهدف التالي:

مواجهة ←

من خلال نقاط التحديات سأعمل على تحقيق الهدف التالي:

Smart Goals

تحقق من أهدافك عبر نموذج
الأهداف الذكية ..



الأهداف الذكية

Smart Goals

أن يكون دقيقاً ومحدداً

Specific

Measurable

أن يكون الهدف
قابلاً للقياس

Timely

أن يكون له
إطار زمني

Achievable

أن يكون قابلاً
للإنجاز

Realistic

أن يكون
واقعيًا

حقق التوازن

وزع أهدافك على الجوانب المختلفة

أهدافي للعام 2026

الجانب الإيماني / التعبدية

الجانب البدني / الصحي

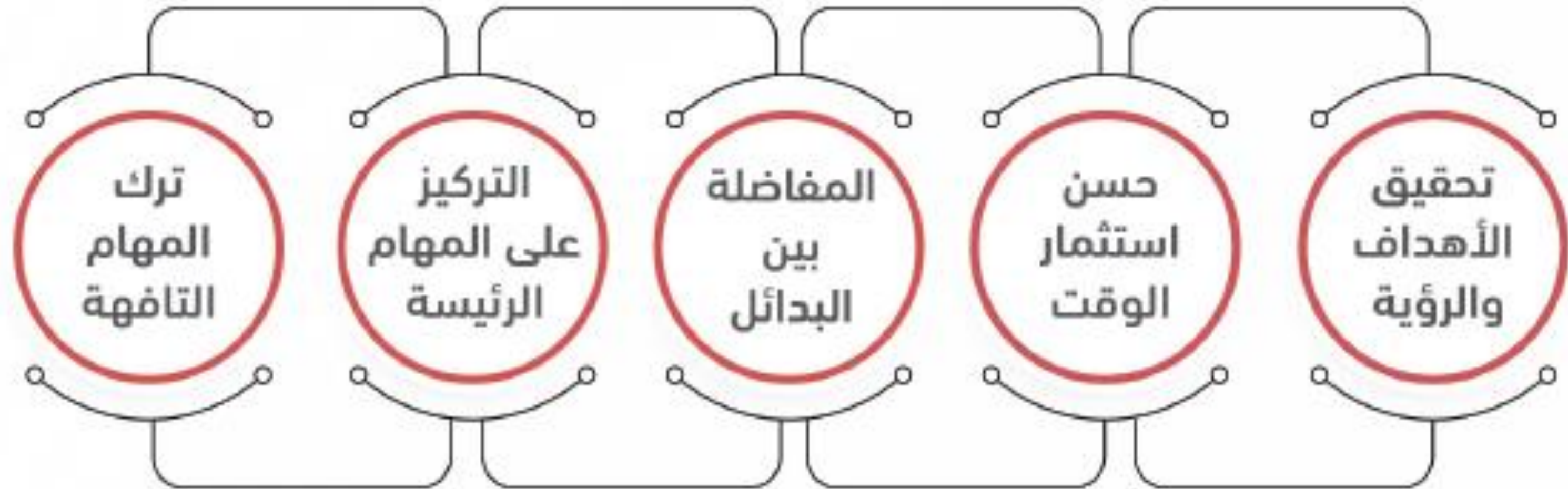
الجانب الاجتماعي / العائلي

الجانب الدراسي / التطويري

الجانب المهني / المالي

رتب أولوياتك

فائدة ترتيب الأولويات



مصفوفة ترتيب الأولويات

جدول ترتيب الأولويات



مصفوفة أيزنهاور لإدارة المهام



قرر - افعل - الغ - فوض

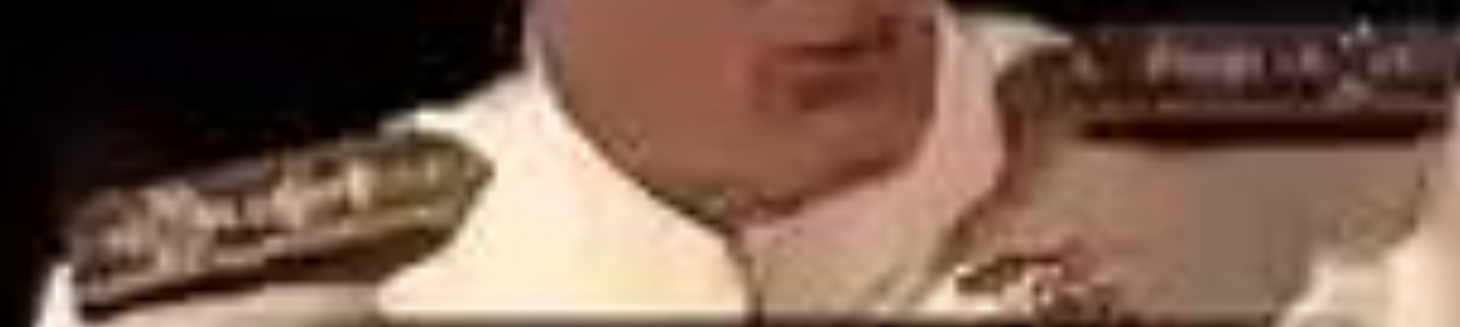
استخدم هذه الكلمات السحرية للعمل مع مهام كل خانة من الخانات الأربعة:

- الهام العاجل: ابدأ به - عليك فعله فوراً.
- الهام غير العاجل جدوله - خطط له بهدوء وفعالية.
- غير الهام العاجل: فوضه لغيرك - ليست كل مهمة مناسبة لك.
- غير الهام غير العاجل: تخلص منه - ألغِ هذه المهمة وأسقطها من حساباتك.

الخلاصة

مربع القيادة هو مربع الحياة الحقيقية وطالما انشغلت بالمهام الموجودة به وعملت لها بصورة فاعلة كسبت حياتك وحققت أهدافك، وصار لحياتك طعم أحلى وأروع.

	غير مُلحّ	مُلحّ
مهم	قرر حدّد وقتاً للإنجازه	افعل افعل الآن
غير مهم	ألغ أنه	فوض من بوسعه المساعدة؟



the changes
by King

أجندة العمل خلال شهر يناير

مواعيدي الهامة

[illegible]

مهام والتزامات

[illegible]

مُرُحل من الشهر السابق

[illegible]

قراءاتي الخاصة

[illegible]

قائمة الأعمال اليومية

المواعيد الهامة

مهام اليوم

[illegible]

الاتصالات

ملاحظات

قم بتوزيع
أهدافك عبر
مهام واضحة
في بداية كل
شهر



نموذج التقييم الشهري

ما حققته بالفعل

مهام الشهر

ما سيؤجل للشهر القادم

توصيات ورشة اليوم



حول أحلامك وطموحاتك **لأهداف**.
حول أهدافك العامة **لأهداف محددة**.
تأكد من **صلاحية** أهدافك.
وزع أهدافك **على العام**.
لا تنسى **قائمة المهام اليومية**.

مفكرتي 2026

دليل عملي يساعدك للتخطيط لعامك الجديد



حمزة صالح
مستشار التوجيه المهني والتطوير المؤسسي

إعداد

مفكرتي 2026

صعود السلم رمز قوي للنجاح لأنه يتطلب جهدًا مستمرًا وطاقة متجددة، وهذا بالضبط ما يحتاجه المرء لتحقيق النجاح في الحياة. يُبنى النجاح خطوة بخطوة، كالسلم الذي يتكون من درجات متتالية، كل درجة تقربك أكثر إلى القمة.

في سلم النجاح، يتوزع الناس إلى ثلاث فئات:

- **الصاعدون:** وهم قلة، يتسلحون بروح المغامرة ويتحدون الصعاب، يستمرون في العطاء والجهد دون كلل أو ملل، متمسكين بأحلامهم وطموحاتهم العالية.
- **النازلون:** وهم الأكثرية، يجدون النزول سهلاً ولا يتطلب جهداً أو شجاعة. يسلكون هذا المسار الأيسر على حساب مبادئهم وقيمهم، مبتعدين عن السعي للمجد والكرامة.
- **الواقفون:** وهؤلاء يقفون في المنتصف، على خط الخطر، حيث الحركة صوب الأسفل أسهل وأقرب لهم.

قبل أن تبدأ في استخدام مفكرتك، عليك الاختيار: لأي فئة تنتمي؟ اتخذ قرار الصعود، واستخدم المفكرة كأداة لدعم مسيرتك نحو القمة.

تحمل مسؤولية نجاحك وتميزك

واجعل من كل يوم خطوة جديدة على درب الفوز.

الإصدارات السابقة من مفكرتي



هدايا ورشة اليوم لكافة المشاركين

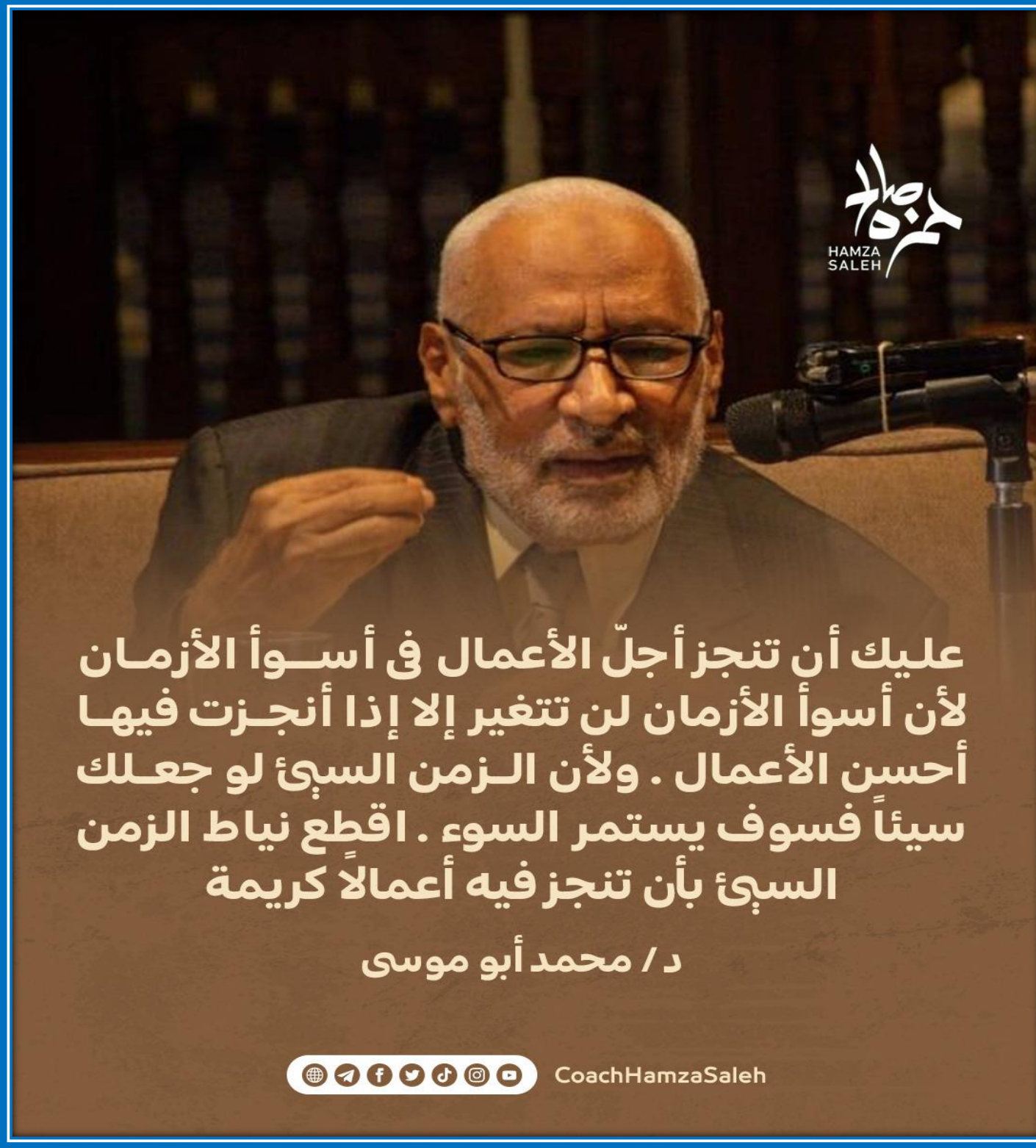
- الهدية الأولى محتوى الورشة.
- الهدية الثانية نماذج تخطيطية مفكرتي 2026.



جائزة المراكز الخمس الأوائل



مراجعة مباشرة ودقيقة لخطة
السنة للفائزين.



عليك أن تنجز أجل الأعمال في أسوأ الأزمات
لأن أسوأ الأزمات لن تتغير إلا إذا أنجزت فيها
أحسن الأعمال . ولأن الزمن السيئ لو جعلك
سيئاً فسوف يستمر السوء . اقطع نياط الزمن
السيئ بأن تنجز فيه أعمالاً كريمة

د / محمد أبو موسى

 CoachHamzaSaleh

كلمة مهمة قبل الختام

للحصول على شهادة مشاركة



- قم بعمل تحليل لواقعك ولو في ورقة واحدة.
- قم بتحويل المخرجات إلى أهداف بصيغة صحيحة.
- ضع الأهداف في جدول للتنفيذ خلال شهور العام.

شكرًا لحسن تفاعلكم

